

		esmaspäev 11.12.2023 Allergeen		teisipäev 12.12.2023 Allergeen	
Homnikusöök					
	Nisuhelbepuder	1;2	Maisimannapuder		2
	Või	2	Või		2
	Kirss		Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode		2
	Pria kurk		Pria nuikapsas		
Lõuna					
	Hautatud kalkunilihatükid		Peedisupp sealiha ja klimpidega		1;2;3
	Valge kaste maitserohelisega	1;2	Hapukoor, R 20 %		2
	Jõuluriis		Jõuluplaadikook		1;2;3
	Kõrvitsasalat jõhvikatega		Leivatoode		1;11;2
	Õuna - jogurtikokteil	2			
	Leivatoode	1;11;2			
Õhtusöök					
	Kartuli - läätsesupp		Tatar kana ja köögiviljadega		
	Leivatoode	1;11;2	Külm jogurtikaste		2
	Pria pirn		Maitsevesi		
			Leivatoode		1;11;2
			Pria õun		
Terve päev vanus 1-2(3)					
	Energia kcal	900.65			925.81
	Valgud ,g	32.92 14.62%	30.86 13.33%		
	Rasvad,g	28.63 28.61%	35.65 34.66%		
	Süsivesikud,g	128.8 57.2%	123.35 53.29%		
vanus 3-5					
	Energia kcal	1154.56			1185.74
	Valgud ,g	41.53 14.39%	39.79 13.42%		
	Rasvad,g	35.63 27.77%	39.07 29.65%		
	Süsivesikud,g	168.17 58.26%	171.45 57.84%		
vanus 5-6					
	Energia kcal	1375.91			1381.1
	Valgud ,g	49.31 14.34%	46.83 13.56%		
	Rasvad,g	41.7 27.28%	45.03 29.34%		
	Süsivesikud,g	202.15 58.77%	200.68 58.12%		
vanus 6-7					
	Energia kcal	1547.84			1544.55
	Valgud ,g	54.29 14.03%	52.64 13.63%		
	Rasvad,g	45.56 26.49%	49.22 28.68%		
	Süsivesikud,g	230.52 59.57%	226.09 58.55%		

reede
15.12.2023 Allergeen Nädala keskmine

Hirsipuder	2
Või	2
Aedmarjamoos	
Pria piimatoode	2
Pria porgand	
Rootsi pikkpoiss	1;2;3
Bechamell kaste	1;2
Keedetud tatar	
Kaalikasalat rosinaga	
Maasikakompott	
Leivatoode	1;11;2
Kaneelirull	1;2;3
Hibiskuse tee	
Apelsin	

	908.41		918.458
27.41 12.07%		32.594 14.2%	
24.21 23.99%		31.418 30.79%	
146.27 64.41%		127.866 55.69%	

	1177		1178.198
35.99 12.23%		42.148 14.31%	
29.11 22.26%		36.458 27.85%	
194.15 65.98%		171.744 58.31%	

	1391.43		1389.184
42.49 12.21%		49.774 14.33%	
32.48 21.01%		42.362 27.44%	
233.56 67.14%		203.922 58.72%	

	1505.06		1537.184
44.38 11.79%		54.308 14.13%	
37.77 22.59%		46.67 27.32%	
248.15 65.95%		226.394 58.91%	